MÎINE, ÎN SALA „OLIMPIA" DIN TIMIȘOARA

Meciul retur din „C.C.E." la handbal feminin: UNIVERSITATEA TIMIȘOARA – S. K. LEIPZIG

Oaspetele au un avans doar de 3 goluri; cine se va califica în semifinale?

Handbalistele de la **Universitatea Timișoara**, care alcătuiesc — se afirmă de către antrenori — una dintre cele mai bune echipe ce a activat în ultimii ani în handbalul românesc, trăiesc în aceste zile febra premergătoare marilor dispute. Ele urmează să întîlnească mîine la Timișoara, în meci retur din cadrul sferturilor de finală ale C.C.E. redutabila campioană a R.D. Germane, **S.K. Leipzig**.

Partida se anunță cu atît mai interesantă cu cît în prima confruntare jucătoarele de la Leipzig nu au reușit decît o victorie la trei goluri diferență (9—6), avantaj care nu pare deloc hotărîtor pentru oaspete în obținerea calificării. Prin această prismă este lesne de întrevăzut că Universitatea Timișoara, avînd și șanse certe, va forța victoria la un scor care să-i permită să apară pe lista tragerilor la sorți ale semifinalelor, după cum poate fi ușor bănuit că elevele cunoscutului antrenor **L. Kretzschmaar** vor încerca să-și apere cu îndîrjire „zestrea" acumulată la Leipzig.

Despre modul cum s-au antrenat, în vederea acestui joc important, campioanele țării noastre, ne-a vorbit prof. **Constantin Lache**, conducătorul tehnic al echipei Universitatea Timișoara. Să-i dăm cuvîntul: **„Echipa și-a reluat pregătirile la cîteva zile după întoarcerea din R.D. Germană, adică pe data de 3 ianuarie. Am efectuat de atunci, cu întregul lot, antrenamente zilnice, cu scopul de a corecta deficiențele ce le-am constatat în prima partidă cu S.K. Leipzig. În acest meci, unde puteam să realizăm un scor mult mai strîns, mai aproape de bariera calificării, ne-a trădat, în prima repriză, emotivitatea jucătoarelor, majoritatea dintre ele tinere și cu o experiență a partidelor dificile mai redusă. Din această cauză au acționat timid în apărare și au primit goluri mai multe decît ar fi fost normal. După pauză, echipa a evoluat cu totul altfel, dar era un pic prea tîrziu. Pentru întîlnirea retur, sînt convins că S.K. Leipzig va încerca să prelungească cît mai mult atacurile cu scopul de a ne reduce posibilitățile de a avea mingea. De aceea este necesar să acționăm cu atenție, să folosim fiecare prilej, fiecare acțiune pentru a înscrie. Fără însă ca echipa să acționeze în grabă, pripit. Desigur, sarcina nu este ușoară, dar cred că vom realiza calificarea, dacă publicul ne va sprijini cu căldură și mai ales cu... pricepere. Adică, dacă va avea și el răbdare și va încuraja tot timpul formația care reprezintă orașul în una din cele mai mari competiții europene".**

La cele spuse de cunoscutul tehnician timișorean am mai adăuga și noi cîteva elemente. În primul rînd, trebuie subliniat faptul că Universitatea Timișoara a acționat întotdeauna sub valoarea sa în fața propriului public (meciul retur, din optimi, cu campioana Olandei, Roermond, este concludent!) din cauza unei inexplicabile emotivități. Să sperăm că acum, ținînd cont și de excelenta pregătire și verificare efectuată în cadrul primului turneu al campionatului, încheiat duminică la București, timișorencele vor acționa cu mai mult aplomb, cu mai multă hotărîre și dîrzenie. Echipa Universitatea Timișoara va folosi în acest meci lotul său obișnuit: **Simo, Benko** (portari), **Neghină, Secheli, Hrivniak, Bratie, Metzenrath, Rigo, Neagoe, Onofraș, Topirceanu.** După cum se vede doar 11 jucătoare. Dar cum spunea antrenorul C. Lache: „Puține și bune!"

Formația oaspe va sosi în Capitală cu avionul în cursul zilei de azi, urmînd ca după amiază să-și continue drumul, tot pe calea aerului, spre Timișoara. Antrenorul **L. Kretzschmaar**, după cît sîntem informați, a deplasat lotul complet, din care nu vor lipsi cunoscutele internaționale **Zober, Winkler, Zimmermann, Braun, Herman.** Partida, care va avea loc în sala „Olimpia" din Timișoara și care va începe mîine la ora 18, va fi condusă de un cuplu de arbitri iugoslavi: **M. Valcici** și **V. Simanovici.**

Universitatea București

(Urmare din pag. 1)

cu puține abateri, limitîndu-se, în genere, la absențe sau întîrzieri de la antrenamente (voleiul îndeosebi), în schimb ceea ce apare iarăși de neînțeles este lipsa de preocupare pentru susținerea morală a echipelor clubului. Se poate aprecia ușor cu ce sentimente intră pe teren reprezentativele Universității București, văzînd tribune goale sau galerii în sprijinul formațiilor adverse. Fenomenul este cu atît mai trist cu cît el se face simțit mai ales atunci cînd universitarii bucureșteni evoluează acasă !?

*

Cifric, deși îmbunătățită — 1 800 de participanți pînă acum în primul semestru al anului universitar, cu mai bine de 60 la sută față de aceeași perioadă a anului 1968 — activitatea sportivă de masă nu poate fi apreciată la nivelul dorit. Catedra de educație fizică, Asociația studenților și chiar clubul, cu toate că dispun de cadre cu o recunoscută capacitate organizatorică, au făcut încă prea puțin pentru existența aici a unui veritabil flux către sportul de masă, în ciuda unor realizări care nu sînt de neglijat: Cupa anilor I, campionatele interfacultăți, ca parte integrantă a campionatelor universitare, competiții inter-ani și inter-grupe, campionatul de atletism al Universității etc.

Ceea ce constituie însă o serioasă rămînere în urmă este faptul că elementul feminin, dominant în această instituție, se află încă foarte departe de viața sportivă (circa 30 la sută). Se acționează prea timid în direcția valorificării spațiilor existente, pentru practicarea exercițiilor fizice din cămine, nu sînt folosite suficient materialele sportive (gantere, scări fixe, aparatură de gimnastică etc.).

*

Este de apreciat, totodată, că față de numărul impresionant al tineretului existent aici amenajările sportive sînt cu totul insuficiente. Universitatea București dispune numai de o bază sportivă proprie, cea de la „Drept" aflată în paragină, dar nu și de săli în care să se poată desfășura activitatea pe timp de iarnă. La fel de adevărat este însă că și în puținele săli folosite, prin închirieri, există un sistem defectuos de programare a echipelor, cu priorități care generează adesea nemulțumiri. Este suficient să arătăm de pildă că unele secții beneficiază de cîte 3, 4 poziții la ore convenabile, în timp ce gimnastica modernă trebuie să lucreze cu două poziții aproape de miezul nopții sau duminica după-amiază ? !

*

Iată, deci, cum se prezintă lucrurile. Sînt constatări consemnate, în parte, și în anii precedenți și care denotă că inerția pe undeva mai face casă bună în acest club studențesc. Totodată sînt aspecte reliefate cu prilejul ședinței bilanț pe anul 1969, în darea de seamă sau în discuțiile care au avut loc cu acest prilej.

Ne manifestăm convingerea că la Universitatea București posibilitățile de a înfăptui lucruri și mai frumoase — sporirea volumului performanțelor în **toate** secțiile și o activitate sportivă de masă cu participarea **majorității** studenților, a studentelor îndeosebi — rămîn un deziderat de împlinit, un obiectiv major. Optimismul nostru este alimentat și de faptul că în acest club se află profesori de specialitate și antrenori cu o mare experiență. Totodată considerăm că noua conducere a clubului — președinte, conf. universitar **Zamfir Zorin**, prorector al Universității — va aduce un suflu nou de muncă, mai propice inițiativelor curajoase, acțiunilor operative și de perspectivă. Sînt gîndurile cu care însoțim clubul Universitatea București acum în pragul celui de-al 4-lea an de existență.

IERARHIILE SCRIMEI ROMÂNEȘTI (III)

ȘI TOTUȘI, ANTON PONGRAȚ ESTE SPADASINUL nr. 1

După floretă, în ordinea clasică a probelor de scrimă, urmează spada. În funcție de valoarea competițiilor, care au consemnat prezența spadasinilor români, scalele de punctaj au fost următoarele:

1. CAMPIONATE MONDIALE: Locul I — 100 p; locul II — 75 p; locul III — 60 p; locul IV — 50 p; locul V — 40 p; locul VI — 30 p.

2. MARI COMPETIȚII INTERNAȚIONALE (turneul țărilor socialiste, „Cupa Heidenheim", „Cupa Monal" etc.): I — 70 p; II — 45 p; III — 35 p; IV — 25 p; V — 15 p; VI — 10 p.

3. CAMPIONATE BALCANICE, ÎNTÎLNIRI BILATERALE: I — 60 p; II — 40 p; III — 30 p; IV — 20 p; V — 15 p; VI — 10 p.

4. CAMPIONATUL NAȚIONAL, „CUPA ROMÂNIEI": I — 50 p, II — 30 p; III — 20 p; IV — 15 p; V — 10 p; VI — 5 p.

În cazul spadasinilor punctajul a ținut seama de competițiile și concursurile care urmează: 1. Campionatul național, 2. „Cupa României", 3. Turneul internațional de la Pleven, 4. Turneul internațional de la Magdeburg, 5. Turneul internațional de la Berlin (R.D.G.), 6. Turneul individual din cadrul meciului bilateral România — R. F. a Germaniei, 7. Campionatele balcanice, 8. „Cupa Heidenheim", 9. „Cupa Monal", 10. Campionatele mondiale.

Iată și clasamentul care a rezultat:

1. Anton Pongraț 170 p (2—50 p; 6 — 60 p; 7 — 60 p), 2. Alexandru Istrate 120 p (1 — 50 p; 3 — 30 p; 7 — 40 p), 3. Ștefan Moldanschi 75 p (1 — 15 p; 2 — 30 p; 4 — 30 p), 4. Nicolae Marinescu 45 p (1 — 15 p; 2 — 15 p; 6 — 15 p), 5. Iosif Sepeșiu 40 p (1 — 20 p; 2 — 20 p), 6. Alexandru Mironov 35 p (1 — 30 p; 2 — 5 p), 7—8. Nicolae Iorgu (3 — 15 p) și Nicolae Istrate (1 — 5 p; 2 — 10 p) cîte 15 p.

Deci, pe locul 1 medicinistul din Tg. Mureș, spadasinul Anton Pongraț. Dar, după aparențe, pe acest loc ar fi trebuit să se afle Alexandru Istrate, ceva mai angajat în activitatea competițională, internă și internațională. Pongraț are însă meritul de a fi punctat mai sigur. Este un scrimer stilat, inteligent și, cu aceste atuuri, cel mai realizat spadasin al nostru dintr-un eșalon de tineri care au luat startul competițional aproximativ în aceeași perioadă.

Specialiștii apreciază că Pongraț s-ar fi putut impune mai spectaculos chiar în ierarhia mondială, dacă el ar fi efectuat un volum sporit de muncă, de antrenamente. Dar Pongraț este student (și încă un student de elită), la un institut cu profil practic, care presupune ore de studiu în biblioteci, în laboratoare și în clinici.

Liderul anului 1969 este secondat de **Alexandru Istrate**, un trăgător aflat în plin progres, cu mari posibilități de afirmare. Contactul tot mai strîns cu trăgători **de mare reputație (ca urmare a creșterii substanțiale a volumului calendarului competițional) îl va favoriza să-și îmbogățească repertoriul tehnic și tactic, domeniu în care — deocamdată — se prezintă încă modest.**

Ștefan Moldanschi, unul dintre spadasinii de regularitate, ocupă **locul 3. Poziția sa nu trebuie să surprindă, căci — să nu uităm! — într-un fel, el este „victima"** noului val, de care a fost strîns legat. Moldanschi rămîne totuși un trăgător dificil datorită stilului său, [illegible] sari: angajare în studiu prelungit pînă la epuizarea resurselor nervoase.

Pe locul 4, Nicolae Marinescu, acest campion al rezistenței fizice, al muncii pasionate, conștiincioase. Sub acest aspect, decanul de vîrstă al spadasinilor români fruntași ar putea constitui un bun exemplu. Iar clasarea sa în cuartet, o demonstrație convingătoare.

Una din marile speranțe ale spadei, **Iosif Sepeșiu, se situează pe locul 5. Numai că posibilitățile acestui... Florin Piersic al scrimei de la noi sînt cu mult mai mari. Să ne reamintim numai „Monalul" parizian — repetiție generală pentru „europene" — cînd Sepeșiu a trecut foarte aproape de finală. Ceea ce îi lipsește este stăruința în pregătire, iar ceea ce-i prisosește — tendința de a poza, imitînd (nereușit !) modele autohtone (Ionel Drîmbă, cîte o dată) sau din afară.**

Locul 6 este deținut de Alexandru Mironov, profesor de matematici în Craiova. Un salt spectaculos al acestui spadasin de pe Jii, fără îndoială un as sub raportul gîndirii tactice, dar încă inegal în ceea ce privește celelalte calități.

Locurile 7—8 sînt ocupate de Nicolae Iorgu și Nicolae Istrate. Există, totuși, o diferență radicală între cei doi: Iorgu, ajutat de un gabarit ideal pentru spadă (aproape 2 metri) progresează de la un concurs la altul; Istrate, după cîteva sclipiri foarte promițătoare cu ani în urmă, se comportă inegal, comițînd greșeli, mai ales de ordin tactic. Este păcat pentru un trăgător care are nerv, vervă, temperament.

În fine, pe locurile 9—10 un spadasin care vine, Constantin Duțu (deși destul de lent) și altul care dispare, Ștefan Haukler: acesta dispare ca trăgător dar poate deveni un excelent antrenor — o autoritate în materie.

Sebastian BONIFACIU și Tiberiu STAMA

Anton Pongraț (în stînga) — cel mai eficace spadasin român pe anul 1969, înaintea unui asalt cu Dumitru Popescu.

Foto: N. DRAGOȘ

Scrimerii români la Bruxelles și Milano

Scrimerii români fruntași se pregătesc pentru primele examene internaționale ale anului: sabrerii vor evolua în „Cupa Martini" — Bruxelles, 17—18 ianuarie — iar spadasinii în „Cupa Spreafico" — 24—25 ianuarie.

Vor face deplasarea următorii trăgători: **Vintilă, Bădescu, Irimiciuc** și **Nilcă** (sabie), **Pongraț, Al. Istrate, Sepeșiu** și **Iorgu** sau **Duțu** (spadă).

Învățați schiul cu Mihai Bîră

SPRE CRISTIANII

Alegeți o pantă înclinată. Nu încercați pe panta ușoară. Este atît de dificil, încît această probă este inclusă în examenul de monitor de schi atît în Franța cît și în Austria. Și nu toți reușesc.

Derapajul oblic ca și cel lateral este o rezultantă a două părți: gravitația care acționează pe planul de înclinație al pantei în direcția mișcării și rezistența zăpezii care acționează în sens invers. Atîta timp cît greutatea

Derapaj oblic frînat

Derapaj oblic ungător

corpului este repartizată pe **toată lungimea** schiurilor și schiorul se sprijină pe mijlocul lor, ele rămîn paralele, apropiate și execută după caz un derapaj oblic sau lateral.

Exprimat la modul cel mai simplu, derapajul oblic rezultă fie dintr-o **coborîre oblică** în care s-a stabilit așezarea pe muchie a schiurilor, fie prin trecerea dintr-o poziție de jumătate plug spre vale.

În primul caz, din poziția de **coborîre oblică** cunoscută, cu greutatea corpului **repartizată** egal pe ambele picioare, schiorul execută simultan o flexie a picioarelor și o împingere laterală spre vale în călcîie, cu slăbirea așezării schiurilor pe muchii. Ca efect imediat, trenul inferior (schiuri, gambe, coapse) se răsucește ușor spre deal, în timp ce bustul, în mod compensator accentuează arcuirea și răsucirea spre vale. În mod sugestiv imaginați-vă storsul rufelor. La schi, pentru echilibrare corpul execută mișcări asemănătoare, de sens contrar. Locul de întîlnire, balamaua în jurul căreia se produc cele două mișcări de sens contrar este bazinul.

Al doilea mod de declanșare, este din jumătate plug spre vale. Pornind oblic pe o pantă mijlocie, se deschide schiul din vale într-un mic ștem (jumătate plug). Trecînd jumătatea corpului pentru un moment pe acest schiu, se apropie prin alunecare sau ridicat și schiul din deal. Datorită vitezei, schiurile capătă o deplasare oarecum transversală în raport cu direcția inițială.

Oprirea se face — în ambele cazuri — prin executarea cantării, printr-o poziție ușor avîntată, declanșată de flexia genunchilor.

Derapajul oblic, ca și cel lateral de altfel, se poate combina cu pozițiile mai avîntată sau de recul a corpului, modificînd alunecarea schiurilor. Exprimat altfel se poate spune că prin reglarea cantării cu poziția corpului se obține **conducerea derapajului**. Mai trebuie observat, că prin același raport: cantare+ poziția corpului se obține un efect de rotație, noțiune esențială în execuția și înțelegerea virajelor derapate, adică a cristianiilor.

— cantare slabă+poziția avîntată conduce la deraparea vîrfurilor (spatulele alunecă pe pantă)

— cantare slabă+poziție de recul conduce la derapajul cozilor care alunecă lateral pe pantă

— cantarea pronunțată+poziția avîntată produce o mișcare de pivotare la deal, adică derapajul cozilor.

— cantare pronunțată+poziția de recul produce un derapaj al vîrfurilor spre vale.

Exersînd combinațiile de mai sus, veți observa că de fapt ați învățat **derapajele rotunjite**, procedeu tehnic destul de lipsit de importanță în tehnica schiului. Valoarea sa practică rezidă în aceea că reglează viteza (în coborîre oblică), modifică direcția de înaintare, conduce la pierderea de înălțime pe pantă etc., dar în special, creează în schior primele senzații de simetrie și paralelism, cu execuția mișcărilor, primele certitudini de echilibru și de stăpînire a vitezei, senzații care modifică fundamental starea de spirit a începătorului.

Ghirlanda

Nerăbdarea dv. crește. Totuși, vom mai executa, cu titlu de exerciții de îndemînare, fie pentru frînare și oprire sau ca un studiu prealabil al declanșării virajelor spre vale, cîteva **derapaje în ghirlandă**. După cum spun și semnele sînt de fapt o succesiune de derapaje repetate de-a lungul unei coborîri oblice. După modalitatea de revenire la poziția inițială ghirlandele diferă și capătă denumiri speciale.

Ghirlanda simplă. Alunecînd într-o coborîre oblică, schiorul execută un derapaj oblic. Revenirea pe direcția de alunecare inițială se face prin stoparea mișcării de flexiune a genunchilor marcată de o bătaie energică (împingere) în ambele picioare însoțită de împingerea bastonului din vale la jumătatea distanței dintre vîrf și legătură. Redresarea energică readuce schiurile în planul inițial. Sprijinul pe baston este de mare importanță.

Ghirlanda simplă

Ghirlanda prin săritură. Revenirea pe direcția oblică inițială, se poate face mult mai energic; printr-o bătaie puternică în picioare, care are ca efect desprinderea cozilor schiurilor de pe zăpadă.

Ceea ce am descris noi este un moment (revenirea) al ghirlandei. Exercițiul constă — cum desigur ați reținut — în repetarea succesivă a unor derapaje oblice și reveniri de-a lungul unei coborîri oblice. Vă rugăm deci să le executați ca atare.

PRIMA ETAPĂ A „CUPEI SPERANȚELOR"

(Urmare din pag. 1)

al acestora este faptul că ei cred în autenticitatea talentelor copiilor de care se ocupă, văzînd în foarte mulți dintre aceștia, viitori campioni. Profesorii Ion Vulcăneanu și Mihai Sulică (ambii de la Școala sportivă „Energia" Brașov, primul avînd și calitatea de director), Rodica Munteanu și Paul Popa, antrenorul Petre Clinci și mulți alții — iată doar numele cîtorva dascăli de schi. Iar între aceștia s-a statornicit o deplină colaborare. Peste ani și ani elevii pe care ei îi antrenează acum și dintre care mulți vor cunoaște consacrarea — le vor rosti numele cu venerație.

A doua etapă a „Cupei speranțelor" pentru copii va avea loc la 18 ianuarie la Sinaia, iar a treia ediție — și ultima — la Bușteni, la 25 ianuarie. Să așteptăm și rezultatele acestor ediții...

ARTA MIȘCĂRII

SORCOVA VESELA...

Declanșată cu mult înainte de ora H și prezentă la orice colț de stradă, dinamica urărilor de bine pentru anul nou în care am pășit, ne-a cuprins în iureșul ei, oferindu-ne ocazia să facem, la rîndul nostru, urările pe care le-am vrea transformate în fapte.

Sorcoviți pe orizontală și pe verticală, de la mic la mare și invers, nu se poate să nu avem gînduri bune, dorințe, speranțe, ambiții care să ne salte peste realizările anului precedent.

În acest an, gimnastica are în fața un obiectiv pentru a cărui îndeplinire vor fi necesare însă ajutoare ceva mai substanțiale decît simbolicele urări de bine. Pentru noi, acest obiectiv este, fără îndoială, campionatul mondial de gimnastică, la care nu trebuie să facem doar un act de prezență.

Devenite tradiționale, urările pe care le facem gimnasticii sportive în acest an ies din sfera formulelor politicoase, primind o semnificație a cerințelor absolute realizabile. Afirmația nu este gratuită dacă analizăm puțin semnele bune ale anului pe care l-am lăsat în urmă, semne concretizate de evoluția gimnaștilor și gimnastelor în diferite concursuri interne și internaționale.

La campionatul european de gimnastică de la Varșovia, Mihaiuc și Păunescu au figurat cu notele lor alături de cei mai buni gimnaști europeni la sol și sărituri. Dacă în clasamentul individual compus ar fi ocupat un loc mai bun, atunci cu siguranță că la concursul pe aparate băieții noștri ar fi avut șansa să obțină un loc în primii șase sau chiar o medalie. Și asta în compania celor mai buni gimnaști din lume, dintre care doar japonezii au lipsit.

În gimnastica feminină a apărut o generație de autentice talente care de la concurs la concurs își definește personalitatea de o manieră care ne îndreptățește să devenim optimiști și pretențioși. În țară sau în străinătate Felicia Dornea, Elisabeta Turcu, Alina Goreac și altele au deja consemnate cîteva realizări deosebite, deși n-au ajuns încă la desăvîrșirea tehnică și rafinamentul artistic pe care ți le înlesnește experiența competițională. Elena Ceampelea și-a încheiat anul vechi într-o formă care exclude comentariile pesimiste, rămînînd ca în continuare să-și apere șansele pentru a participa la marea bătălie de la Ljubljana.

Toate aceste argumente, precum și altele, pledează pentru susținerea ideii că gimnastica poate reveni la linia de plutire, alături de celelalte sporturi olimpice. Garanția o avem în munca plină de pasiune și chiar sacrificii a oamenilor din umbră care dau strălucire și rezonanță numelor pînă mai ieri necunoscute. Antrenorilor Maria Ionescu, M. Bibire, T. Isar, M. Raicu, E. Sima, N. Vieru, M. Bădulescu, T. Hargălaș și altora li se cuvin primele urări de bine și mulțumiri pentru optimismul cu care pășim în noul an!

Elena LEUȘTEANU

BOLILE DE SEZON ȘI IMPLICAȚIILE LOR MEDICO-SPORTIVE

Răceala și gripa, deși se aseamănă în multe privințe, reprezintă boli distincte nu numai prin natura virusului care le provoacă dar mai ales prin atitudinea terapeutică, prin evoluția și consecințele lor. Asemănările se referă în special la simptomele bolii, deoarece ambele încep cu dureri de cap și gît, guturai, tuse, febră. În privința diferențelor, ele constau în felul virusului ce le produce, evoluțiile și consecințele lor diferite.

Unele cunoștințe sumare sînt absolut necesare nu numai pentru a decide măsurile de tratament ci, mai ales, pentru autoprotejarea și profilaxia transmiterii bolii. La sportivi intervine în plus pericolul supra-adăugării efortului intens pe un organism bolnav, ceea ce poate avea uneori urmări grave.

RĂCEALA este o boală obișnuită, provocată de virusuri care, în funcție de localizare produc diverse simptome:

— Rinovirusurile (localizate pe mucoasa nasului) provoacă guturaiul simplu, obișnuit.

— Adenovirusurile provoacă inflamarea gîtului și ganglionilor din jur.

— Virusurile E.C.H.O.: enterice (intestinale), citopatologice (prin toate celulele corpului), humane (specifice omului) sau „orfane" (cu localizări neprecizate).

— Virusurile Coxsackie (după numele localității statului New York unde au fost descoperite) manifestă o afectare a întregului organism dar de intensitate și durată mică.

Boala nu este gravă prin sine însăși, ci numai prin eventualele sale complicații. Tratamentul obișnuit (aspirină, vitamina A și C, dezinfecție naso-faringiană), asociat cu 2—3 zile de repaos în casă, duce, de obicei, la vindecare totală, fără urmări. Ea are caracter sezonier, este favorizată de anotimpul rece și umed, nu produce epidemii.

GRIPA este o boală gravă, epidemică, cu o putere de contagiune extrem de mare, cu afectarea constant serioasă a organismului, putînd avea urmări nefaste. În afară de simptomele comune cu răceala (guturaiul, cefaleea, tusea) se întîlnește constant curbatura (dureri în toți mușchii, în special cervicali și lombari) și astenia marcată. Febra la început e chiar sub normal (în perioada de invazie a virusului — 35°C), apoi crește treptat atingînd valori foarte mari. Boala e cauzată de un virus extrem de contagios. Existența mai multor feluri de virusuri gripale face ca epidemiile să fie făcute cu aceeași tulpină. Cea mai frecventă se datorește virusului A 2 (gripa asiatică). Metodele de vaccinare nu dau rezultate sigure. Măsurile de profilaxie dau uneori rezultate bune (evitarea aglomerațiilor, îmbrăcăminte adecvată, alimentație și vitaminizare corespunzătoare și, mai ales, călirea organismului). Tratamentul în aceste cazuri diferă total de cel al simplei răceli, el putînd fi aplicat numai de medic. El va avea în plus medicamente stimulatoare a anticorpilor (Omnadin, Polidin) sau chiar anticorpi puri (Gamaglobuline). **De notat că antibioticele nu au nici un fel de acțiune asupra acestor virusuri.** Ele vor fi administrate numai în cazul apariției unor complicații cu microbi obișnuiți, sensibili la acestea.

În cazul gripei, scoaterea din efort a sportivului este mult mai lungă, 10—40 zile, în funcție de gravitatea bolii. În plus, din cauza posibilităților ca aceste virusuri să afecteze și alte organe (mușchiul inimii, celulele ficatului, rinichiului sau creierului) avizul medical de reluare a antrenamentelor se va face numai pe baza examenelor de laborator (electroforeză, transaminaze, lipemie).

În consecință, este necesar ca atît antrenorii cît și sportivii, cunoscînd aceste date, să ia toate măsurile necesare pentru prevenirea răspîndirii bolii, apelînd neapărat la ajutorul medicului sportiv, nu numai pentru precizarea diagnosticului și tratamentului dar, mai ales, pentru avizarea reluării pregătirii.

dr. Nicolae STANESCU
director adjunct al Centrului de medicină sportivă

CAUZE ȘI SOLUȚII

Două personalități, Gheorghe Petrescu și Dumitru Medianu, își spun părerea despre voleiul masculin

După succesul din 1966 de la Praga, cînd reprezentativa masculină de volei a ocupat locul al II-lea, la mondiale, a început degringolada: un loc necorespunzător la europenele din Turcia și apoi cel de anul trecut din „Cupa mondială" din R.D.G.

Două sînt punctele de reper în jurul cărora se poartă discuțiile: cauzele care au dus la scăderea valorii voleiului nostru și ce trebuie făcut pentru redresarea lui.

Am căutat să aflăm, în legătură cu aceasta, părerile a doi reputați specialiști: antrenorul emerit Gh. Petrescu și maestrul emerit al sportului D. Medianu.

„În primul rînd, o cauză a scăderii valorice — ne-a spus Gh. Petrescu — o constituie selecția nejudicioasă care s-a făcut în perioada 1960–1961, cînd au fost reținute elemente fără perspective, cu înălțime redusă sau plafonate.

De asemenea, bagajul de cunoștințe tehnice cu care vin jucătorii la lot este, în general, sărac, cu multe elemente deficitare (serviciul, preluarea, lovitura de atac, plonjonul în față).

Un argument care îmi sprijină ideea despre greșeala de a se fi selecționat jucători cu talie mică, este tocmai schimbarea din regulament care permite blocajul agresiv, schimbare — în acest caz — defavorabilă nouă.

În ceea ce privește modalitățile de soluționare a complicatei probleme a redresării cred necesare următoarele măsuri: selecția unor jucători înalți, promovarea cu curaj a elementelor tinere și de perspectivă în echipele divizionare, încurajarea diviziei școlare (izvorul de bază), îmbunătățirea tehnicii individuale a voleibaliștilor, un program internațional bogat, cu partide susținute în compania celor mai puternice formații din lume: Japonia, U.R.S.S., R.D.G., Bulgaria, Cehoslovacia".

La rîndul său, D. Medianu a ținut să completeze opiniile exprimate de antrenorul Gh. Petrescu: **„Viața particulară a voleibaliștilor este neconformă cu cerințele obținerii marilor rezultate. O altă cauză constă și în schimbarea prea des a antrenorilor la loturi și în lipsa de informare a federației despre stadiul de pregătire al echipelor în țările cu volei de valoare ridicată, la care se adaugă și nefolosirea jucătorilor de perspectivă, ținuți prea mult timp pe banca rezervelor.**

Ce propunem pentru o revitalizare a voleiului? Depistarea și concentrarea tuturor elementelor de perspectivă în maximum 10 cluburi care să aibă ca principală preocupare ridicarea rapidă a acestora; încadrarea acestor cluburi cu antrenorii cei mai pricepuți; mai multă consecvență în păstrarea antrenorilor care pregătesc echipele reprezentative; urmărirea, prin filmare, diagrame, înregistrări pe bandă de magnetofon a celor mai importante jocuri".

Sînt opinii validate de o cunoaștere profundă a realităților voleibalistice, competența celor doi interlocutori, care de circa 3 decenii activează în acest sport, fiind unanim recunoscută. Ele corespund, de altfel, și părerilor noastre.

N. MATEESCU